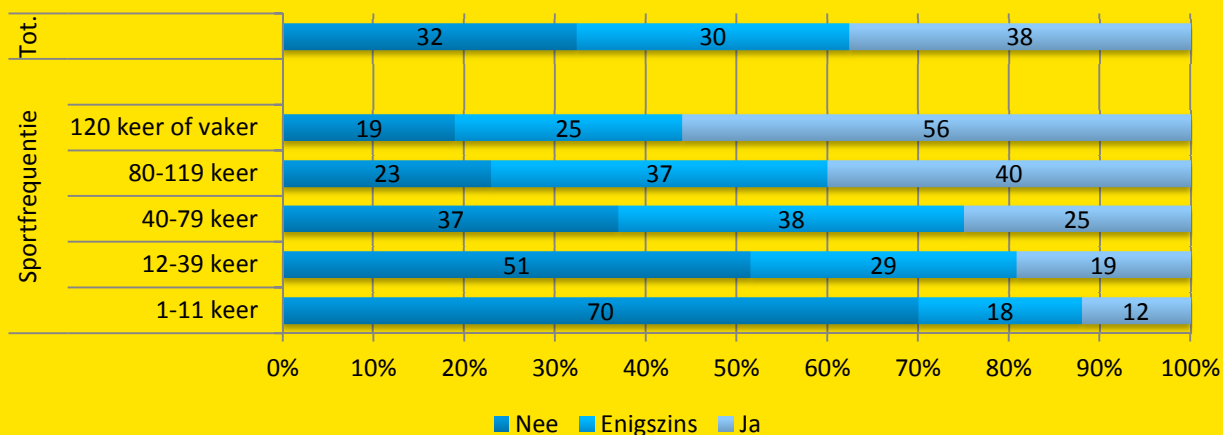


Figuur 1: De mate waarin mensen zichzelf als sporter zien naar sportfrequentie, personen die minimaal één keer per jaar sporten, 12-79 jaar, 2012 (in %)



Inleiding

Wanneer is iemand een sporter? In de literatuur worden verschillende definities gehanteerd. Vaak geldt een bepaald aantal keren sporten per jaar als criterium, waarbij het aantal keren sporten varieert (maandelijks, wekelijks). In hoeverre sluiten deze beleids- en onderzoeksmatige definities aan bij of mensen zichzelf als sporter zien?¹ In dit factsheet wordt ingegaan op de vraag in welke mate mensen zichzelf als sporter beschouwen en waardoor dat beeld wordt bepaald. Voor de analyses is gebruik gemaakt van de gegevens van het onderzoek Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN 2006-2012², zie Dataverantwoording).

‘Harde’ definities

In sportonderzoek wordt sinds 2000 de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO)³ aangehouden. Bij de RSO wordt bij definitie van een sporter een criterium van minimaal twaalf keer sporten per jaar gehanteerd. Deze definitie is ook gebruikt bij de olympische ambitie om de sportdeelname onder Nederlanders te laten stijgen van 65 naar 75 procent (6-79 jaar). In 2012 voldoet 64 procent van de 12- tot 79-jarigen aan deze norm. Dit percentage is in de periode 2006-2012 stabiel.

Hoewel de RSO-definitie vaak wordt gebruikt, roept de norm vragen op. Het voornaamste punt van kritiek is dat de ondergrens van twaalf keer per jaar als laag wordt ervaren, onder andere als het gaat om gezondheidsopbrengsten.

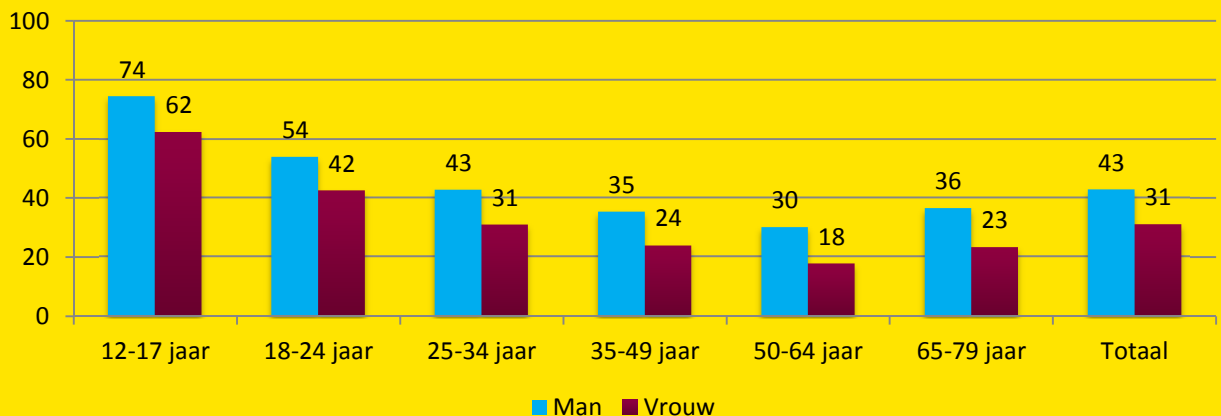
In de [Rapportage Sport 2010](#) [.pdf] (Tiessen-Raaphort, 2010) is voor het eerst de ‘wekelijkse’ sporter onderscheiden, waarbij een ondergrens van veertig keer sporten per jaar wordt aangehouden. In 2012 is de helft van de Nederlanders van 12-79 jaar een wekelijkse sporter. Maar ook deze definitie van een sporter is arbitrair.

Strookt een ‘hard’ criterium van twaalf of veertig keer sporten met het gevoel dat mensen zelf hebben over wel of niet sporter zijn? Intuïtief lijkt een link tussen sportfrequentie en zelfbeeld voor de hand te liggen, maar uit onderzoek van Collard en Hoekman (2013)⁴ blijkt een discrepantie tussen dergelijke definities en de mate waarin mensen zichzelf als sporter beschouwen. Wat is nu precies de invloed van sportfrequentie op of iemand zichzelf als sporter ziet en welke andere factoren spelen daarbij nog meer een rol? Wij hebben naast sportfrequentie ook gekeken of iemand meedoet aan trainingen, competitie of andere wedstrijden, cursussen/ clinics, naar het verband waarin men sport (bijv. bij een vereniging of sportschool) en naar socio-demografische achtergronden.

Zelfbeeld

In de OBiN-vragenlijst is de volgende vraag opgenomen: ‘Ziet u zichzelf als sporter?’⁵ In 2012 ziet 38 procent zich als sporter, nog eens 30% vindt zichzelf enigszins een sporter en 32% beschouwt zichzelf geen sporter (figuur 1). In de periode 2006-2012 is dit min of meer hetzelfde gebleven.

Figuur 2: De mate waarin mensen zichzelf als sporter zien ('ja, 'zonder meer en 'ja, tamelijk') per leeftijdsgroep naar geslacht, personen van 12-79 jaar die minimaal 1x per jaar sporten, 2006-2012 (in %)



Sportfrequentie

Of mensen zichzelf zien als sporter hangt inderdaad in grote mate samen met het aantal keren dat ze per jaar sporten (figuur 1). Van de personen die hooguit 11 keer per jaar sporten, beschouwt 70 procent zich niet als sporter, 18 procent enigszins en 12 procent ziet zich wel als sporter. Mogelijk dat het hier gaat om geblesseerden die tot voor kort wel frequent sportten.

Van de zeer frequente sporters (120+ keer) rekt ruim de helft zich tot de sporters. Een kwart beschouwt zichzelf enigszins als sporter. Opvallend is dat van deze frequente sporters toch 19 procent zichzelf nauwelijks of in het geheel niet ziet als sporter. Dit is binnen de zeer frequente sporters van 65-79 jaar (49%) beduidend meer het geval dan bij de zeer frequente sporters van 12-17 jaar (5%). Geslacht, opleiding en inkomen doen er niet of nauwelijks toe.

Achtergrondkenmerken

Mannen (2012: 43%⁶) zien zich eerder dan vrouwen (31%) als sporter (figuur 2)⁷. Daarnaast vindt twee derde van de 12- tot 17-jarigen zichzelf een sporter, tegenover de helft van de groep van 18-24 jaar en iets meer dan een op de drie 25- tot 34-jarigen. Bij de oudere leeftijdsgroepen ligt dat rond de 30 procent. Ook relatief veel 'midden-hoog' opgeleiden en mensen met een boven modaal inkomen zien zich als sporter (beide 42%, niet in figuur).

Sporttak

Verder blijkt dat relatief veel beoefenaars (minimaal 1x per jaar) van met name teamsporten zichzelf zien als sporter (figuur 3). Bij sporten die vaak in recreatief verband plaatsvinden (zwemmen, wandelen) zijn er minder beoefenaars die zichzelf beschouwen als sporter.

Deelname aan wedstrijden

Van de competitiesporters beschouwt twee derde zich 'tamelijk' of 'zonder meer' als sporter. Ook personen die meededen aan een toernooi of ander sportevenement (64%), die trainingen volgden (58%) en die een of meer cursussen/clinics volgden (51%) zien zichzelf relatief vaak als sporter (niet in figuur).

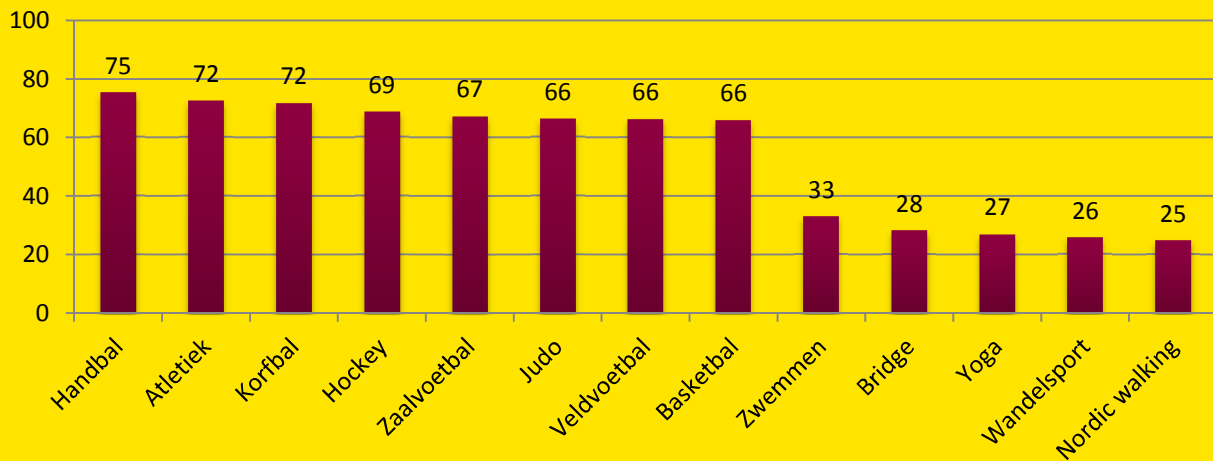
Sportverband

Het verband waarin men sport, vertoont een sterke samenhang met het zelfbeeld als sporter (figuur 4). Vooral lidmaatschap van een vereniging hangt samen met het sportieve zelfbeeld. Personen die bij de fysiotherapeut sporten zijn juist minder geneigd zichzelf als sporter te zien.

Bepalende factoren

Wat zijn nu de factoren die bepalen of iemand zichzelf wel of niet als sporter ziet? Sportfrequentie blijkt een zeer bepalende factor⁸ (figuur 5). Hoe meer men sport, des te eerder beschouwt men zichzelf als sporter. Sportfrequentie bepaalt voor 30 procent het zelfbeeld (gecontroleerd voor geslacht, leeftijd, opleiding en inkomen). Het effect van de sportfrequentie wordt versterkt als iemand trainingen volgt, meedoet aan wedstrijden of toernooien en lid is van een sportvereniging of sport bij een fitnesscentrum. Dit indirecte effect van sportfrequentie verklaart nog eens 15 procent van het zelfbeeld. Verder beschouwen meer mannen dan vrouwen zich als sporter. Leeftijd, opleiding en inkomen hebben nu niet of nauwelijks meer invloed.

Figuur 3: De mate waarin beoefenaars van een sport (minimaal 1x sporten per jaar) zichzelf als sporter zien ('ja, zonder meer' en 'ja, tamelijk'; sporten met scores van 66% en hoger en 33% en lager), 12-79 jaar, 2006-2012 (in %)



Tot slot

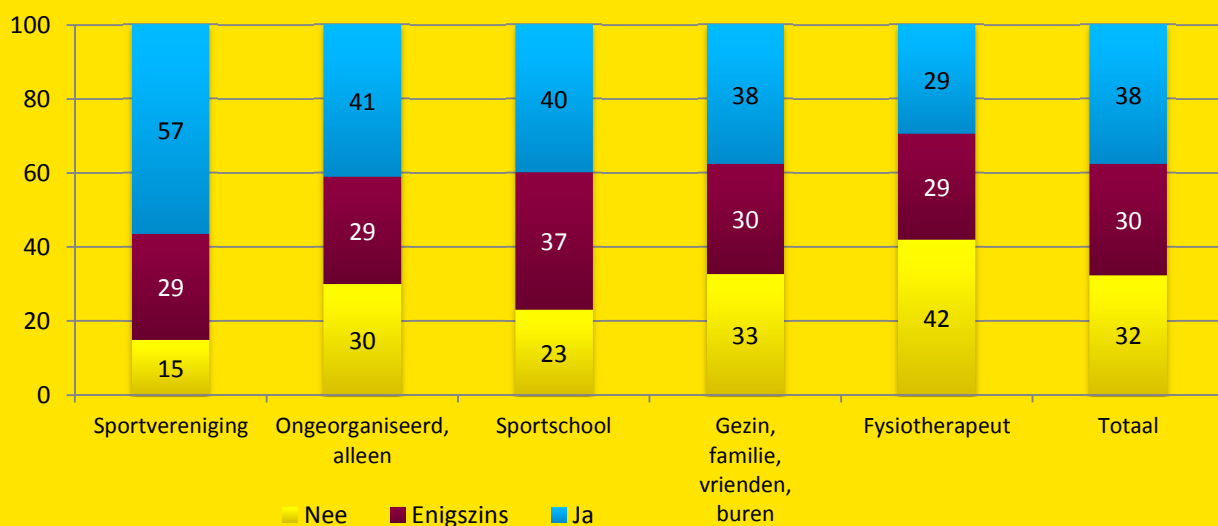
De RSO-definitie en de definitie van de wekelijkse sporter 'bepalen' of iemand sporter is op basis van een bepaald aantal keren sporten per jaar. Sportfrequentie blijkt inderdaad sterk samen te hangen met het sportieve zelfbeeld van mensen, maar is hiervoor zeker niet de enige verklarende factor. Definities die alleen uitgaan van een bepaalde sportfrequentie als ondergrens zijn weliswaar eenvoudig en eenduidig te gebruiken, maar sluiten beperkt aan bij het gevoel een sporter te zijn. Voor een betere match dienen ook de aard van de specifieke activiteit (competitieve teamsport of recreatieve sport) en de manier waarop deze worden beoefend (vereniging, wedstrijd) meegewogen te worden.

En dan zijn er nog andere factoren die het zelfbeeld bepalen. Dat speelt zeker onder ouderen, hoewel toch ruim een kwart van de 65- tot 79-jarigen (minimaal 1x sporten per jaar) zich sporter vindt. Nader onderzoek moet uitwijzen welke andere factoren meespelen en hoe groot hun invloed is.

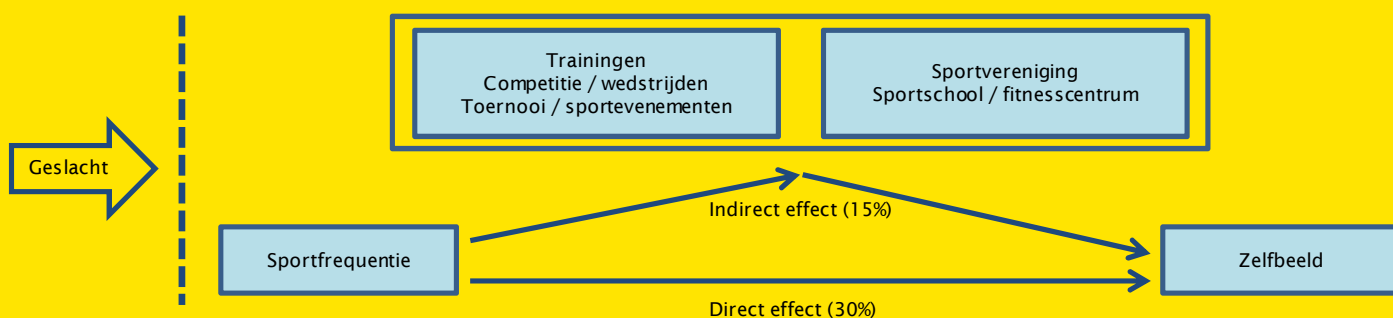
Het komen tot een 'allesdekkende' en in onderzoek hanteerbare definitie is geen sinecure. Duidelijk is wel dat een definitie die alleen uitgaat van het aantal keren dat iemand sport te weinig aansluit bij het zelfbeeld een sporter te zijn en om die reden te beperkt is. Bij een ondergrens van twaalf keer sporten per jaar voelt 33 procent van de sporters zich niet als zodanig en bij een ondergrens van 40 keer sporten, is dat 28 procent.

Wat betekent het voorgaande allemaal voor de praktijk? Voor beleidsmakers die zich richten op het stimuleren van de algemene gezondheid zou een sterke focus op alleen sport een belangrijk deel van de doelgroep (bijv. ouderen, vrouwen) te kort doen en mogelijk zelfs afschrikkend werken bij stimuleringsacties. Door vaker te spreken van sport én bewegen zullen meer mensen zich aangesproken voelen.

Figuur 4: De mate waarin mensen zichzelf als sporter zien naar sportverband, personen die minimaal 1x per jaar sporten, 12-79 jaar, 2012 (in %)



Figuur 5: De mate waarin de sportfrequentie direct en indirect het zelfbeeld bepaalt, personen die minimaal 1x per jaar sporten, 12-79 jaar, 2006-2012



Het Mulier Instituut is een onafhankelijke en landelijk opererende stichting gericht op de bevordering van de sociaal-wetenschappelijke kennisontwikkeling en beleidseffectiviteit op het terrein van sport en samenleving.

Het instituut voert fundamenteel en praktijkgericht onderzoek uit, monitort de ontwikkelingen op het terrein van de sport en organiseert bijeenkomsten en congressen om het debat over de sport te stimuleren.

Neem voor meer informatie contact op met:
Harold van der Werff
h.vanderwerff@mulierinstituut.nl



Mulier Instituut
 Postbus 85445
 3508 AK Utrecht
 T 030-7210220
info@mulierinstituut.nl
www.mulierinstituut.nl

Noten

1. In de bijeenkomst van het Platform Sportdeelname van 14 mei 2013 is dit verschil ter discussie gesteld. Die discussie is de aanleiding voor het opstellen van het voorliggende factsheet.
2. De uitkomsten van OBiN 2013 waren ten tijde van het schrijven van dit factsheet nog niet beschikbaar. De nieuwste OBiN-cijfers (2013) zijn gepresenteerd in het factsheet '[Sportdeelname 2013](#)' (Collard & Pulles, 2014)
3. De Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) is een gestandaardiseerde vragenlijst om de frequentie, sporttak, sportvorm, organisatievorm en accommodatiebenutting van grote bevolkingsgroepen in kaart te brengen (zie www.sportdeelname.nl).
4. Zie [Sportdeelname in Nederland 2006-2012](#) (Collard & Hoekman, 2013)
5. Deze vraag is voorgelegd aan personen van 12-79 jaar die minimaal één keer per jaar sporten. Bij de analyses voor dit factsheet is uitgegaan van deze groep. Indien iemand op de vraag 'antwoordde 'Ja, tamelijk' of 'Ja, zonder meer' wordt hij of zij als sporter beschouwd. Mensen die zeiden 'Nee, in het geheel niet' en 'Nee, nauwelijks' zijn geen sporter. Personen die zich 'enigszins' als sporter beschouwen, vormen een grijs gebied. Net als de keuze voor een bepaalde ondergrens van het aantal keren sporten per jaar bij de 'harde definitie' is het wel of niet toewijzen van dit 'grijze gebied' een arbitraire keuze.
6. Voor de kruisingen tussen enerzijds zelfbeeld en anderzijds achtergronden, sporttak en deelname aan wedstrijden (etc.), beschouwen we de categorie 'enigszins' niet als een zelfdefinitie als sporter.

7. Bij sportfrequentie is geen verschil (meer) naar geslacht. Bij zelfbeeld is dat er wel.

8. Hiervoor is een padanalyse uitgevoerd. Daarbij is het directe én indirecte (via sport-gerelateerde activiteiten en sportverband) effect van sportfrequentie op zelfbeeld berekend. De auteurs danken dr. Sanne Smeenk voor haar toelichting bij het gebruik van het multiple mediator model (Preacher en Hayes, 2006).

Dataverantwoording

De cijfers in dit factsheet zijn afkomstig uit het onderzoek Ongevallen en Bewegen in Nederland (2006-2012). OBiN is een continu uitgevoerde enquête naar ongevalletsels en sportblessures, sportparticipatie en bewegen in Nederland. Iedere dag worden er mensen ondervraagd, zowel telefonisch als via internet. Elk jaar worden ruim 11.000 personen ondervraagd. De uitkomsten zijn (na weging) representatief voor Nederland.

OBiN is een samenwerkingsverband tussen VeiligheidNL, TNO, Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid en het Mulier Instituut. Het Ministerie van VWS financiert de dataverzameling van het onderzoek.